

# **G7 Gedächtnistraining für Berufstätige – ein Stundenkonzept**

In diesem Seminar lernen die Teilnehmer/innen ein Übungsangebot für Berufstätige kennen. Theorie und Praxis gehen hierbei Hand in Hand.

Ein Programmvorschlag für 6 Einheiten à 90 Minuten wird vorgestellt, wobei jede der sechs Einheiten theoretische Aspekte und praktische Übungen umfasst.

Das Seminar beinhaltet anspruchsvolle Übungen zu den Trainingszielen des ganzheitlichen Gedächtnistrainings, theoretische Erläuterungen zur Funktionsweise des Gehirns, das Vorstellen von Lernhilfen und Mnemotechniken.

Die Schwerpunkte bei der Auswahl der Trainingsziele liegen auf Konzentration, Wortfindung, Merkfähigkeit, Fantasie und Kreativität. Zahlreiche

Koordinationsübungen ergänzen das abwechslungsreiche Übungsangebot. Inhalte:

- Speichersysteme des Gehirns
- Tipps für erfolgreiches Lernen
- Bewegungsübungen
- Mnemotechniken
- Lernstile
- Einzeltraining

## **Zielgruppe**

GedächtnistrainerInnen, die sich die Zielgruppe der Berufstätigen erschließen wollen

---

## **Termin**

**25.-26.11.2023** (Samstag+Sonntag)

---

## **Ort**

Bildungszentrum Schlump, Beim Schlump 86, 20144 Hamburg

---

## **Dauer**

9.00 - 16.30 Uhr

---

## **Preis**

180,- Euro

---

## **Weitere Informationen**

Swantje Fuchs / Birgit Haß

Tel.: 040-44 13 67

---

## **Kursleitung**

Dr. Michaela Waldschütz, Ausbildungsreferentin im BVGT